



COVID-19

Le lavage des mains



1. Le lavage des mains :

1

Je me lave les mains : en arrivant à l'école, à chaque récréation, avant et après le déjeuner, en rentrant chez moi.



● **Je verse du savon** sur mes mains mouillées et je frotte les paumes, le dessus des mains et les poignets pendant plusieurs secondes.



● **Je frotte bien entre les doigts** en entrelaçant mes mains.



● **Je frotte chaque doigt** en tournant ma main autour.



● **Je nettoie mes ongles** en les frottant contre ma paume.



● **Après avoir rincé mes mains**, je les essuie avec un essuie-mains jetable ou **je les laisse bien sécher** à l'air libre.

Trouve la fin qui correspond au début de la phrase :

Je verse

•

•

je les essuie ou je les laisse bien sécher à l'air libre

Je frotte bien

•

•

du savon sur mes mains

1

Je frotte chaque doigt

•

•

en les frottant contre ma paume

Je nettoie mes ongles

•

•

en tournant ma main autour

•

•

les paumes et entre les doigts



2.

Comment bien se laver les mains :

Regarde la vidéo : <https://www.youtube.com/watch?v=Yld9Jjj0MqE>



Au début de la vidéo, on verse du bleu sur les mains. Cela sert à démontrer quoi ?

.....

.....

Ecris un ou deux conseils pour bien se laver les mains :

.....

.....

.....